



Temporada 2019 / 20

| Mes | Periodo | Microciclos | Observaciones |
|------------|---------------------------|-----------------|---|
| Agosto | Periodo preparatorio 1 | 3 Microciclos | Depende de la fecha de inicio de la competición |
| Septiembre | Periodo preparatorio 1 | 2 Microciclos | Inicio de la competición a mediados de Septiembre |
| | Periodo competitivo 1 | 2 Microciclos | |
| Octubre | Periodo competitivo 1 | 4/5 Microciclos | |
| Noviembre | Periodo competitivo 1 | 4/5 Microciclos | |
| Diciembre | Periodo competitivo 1 | 2/3 Microciclos | Navidad |
| Enero | Periodo preparatorio 2 | 3/4 Microciclos | |
| Febrero | Periodo competitivo 2 | 4 Microciclos | |
| Marzo | Periodo competitivo 2 | 4/5 Microciclos | |
| Abril | Periodo competitivo 3 | 4/5 Microciclos | Fase Final de los Campeonatos |
| Mayo | Periodo competitivo 3 | 4/5 Microciclos | Fase Final de los Campeonatos |
| Junio | Periodo competitivo extra | 2 Microciclos | Post-temporada |